



¿Sabías que en Q&S potenciamos los platos fríos y la fruta en la temporada de primavera-verano?



Calidad & Servicio

octubre-18

ALMUERZOS ASPROGRADES dieta 1200

LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES	SABADO	DOMINGO
1	2	3	4	5	6	7
REMOJON GRANADINO LOMO ADOBADO CON PATATAS Y OREGANO FRUTA DIABETICO	ENSALADA VERDE PAELLA MIXTA YOGUR DESNATADO	SALMOREJO POLLO EN Salsa CON HORTALIZAS FRUTA DIABETICO	COCIDO DE GARBANZOS TORTILLA DE JUDIAS VERDES FRUTA DIABETICO	MACARRONES CON ATUN ENSALADA TROPICAL FRUTA DIABETICO	PAELLA CON VERDURAS HAMBURGUESA CON ENSALADA VERDE FRUTA DIABETICO	ENSALADA DE PIMIENTO Y TOMATE PESCADO AL HORNO CON MENESTRA FRUTA DIABETICO
8	9	10	11	12	13	14
CAZUELA DE FIDEOS EMBUTIDOS nc FRUTA DIABETICO	HAMBURGUESA COMPLETA CON HUEVO YOGUR DESNATADO	GAZPACHO LOMO AL HORNO CON ARROZ FRUTA DIABETICO	POTAJE DE ALUBIAS ENSALADA MIXTA FRUTA DIABETICO	ESPIRALES CON TOMATE BACALAO A LA BAEZANA FRUTA DIABETICO	CHULETAS DE CERDO CON PATATAS FRUTA DIABETICO	CREMA DE MELON PECHUGA A LA PLANCHA CON ENSALADA VERDE FRUTA DIABETICO
15	16	17	18	19	20	21
SALMOREJO LOMO A LA PLANCHA CON MENESTRA FRUTA DIABETICO	ENSALADA DE VERANO TORTILLA DE ESPINACAS YOGUR DESNATADO	MACARRONES CON VERDURAS SALMON ENCEBOLLADO FRUTA DIABETICO	ENSALADA DE ARROZ LOMO AL HORNO CON ENSALADA FRUTA DIABETICO	GUISO DE LENTEJAS CON VERDURAS CALABACIN RELLENO DE TERNERA FRUTA DIABETICO	SALTEADO DE JUDIAS CON JAMON PESCADO AL HORNO CON ENSALADA FRUTA DIABETICO	ENSALADA TROPICAL MOUSAKA DE BERENJENA FRUTA DIABETICO
22	23	24	25	26	27	28
GAZPACHO JAMONCITOS DE POLLO CON PATATAS A LO POBRE FRUTA DIABETICO	COCIDO DE VERDURAS Y CARNE TORTILLA DE ATUN YOGUR DESNATADO	COGOLLOS DE LECHUGA CON AJOS MIGAS CON PESCADO FRUTA DIABETICO	ENSALADILLA RUSA SIN MAYONESA LOMO A LA PLANCHA CON TOMATE ALIÑADO FRUTA DIABETICO	ARROZ A LA CUBANA SALCHICHAS DE POLLO CON Salsa DE TOMATE FRUTA DIABETICO	ENSALADA DE NARANJA FIDEUA DE CALAMARES_ FRUTA DIABETICO	ENSALADA MIXTA PINCHITOS DE POLLO CON PATATAS FRUTA DIABETICO
29	30	31				
HABAS CON JAMON LOMO AL HORNO CON ENSALADA VERDE FRUTA DIABETICO	ENSALADA DE PASTA BACALAO AL HORNO CON ENSALADA YOGUR DESNATADO	LENTEJAS ESTOFADAS PECHUGA DE POLLO CON CHAMPIÑONES Y ZANAHORIA FRUTA DIABETICO				

Todos nuestros productos pueden contener a nivel de trazas los alergenos contemplados en el reglamento (CE)1333/2008. Gluten, Crustáceos, Huevo, Pescado, Cacahuets, Soja, Leche, Lactosa, Futos secos, Apio, Mostaza, Sesamo, Sulfitos. Estamos trabajando conjuntamente con la Consultoría Nutricional Cesnut para ofrecerles la máxima calidad dietética en la programación de nuestros menús. Para cualquier duda a cerca de nuestro menú contacte con el equipo de dietistas - nutricionistas en info@cesnut.com o directamente con la dirección del centro.

Firmado por: Roser Montané-Directora de Cesnut - D.Nutrición Humana y dietética N° colegiado 0681

Se evita servir los segundos platos con salsa. Se ha estimado que para el menú de dietas 1200 los siguientes gramajes: 1er plato, 150g. 2o plato, 150g. Fruta 100-150g

